13.060 Zemiaky zapekané švajčiarske
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
zemiaky	25,00	20,00	30,00	24,00	35,00	28,60	40,00	32,00
vajcia	30	1,50	40	2,20	50	2,50	60	3,00
olej	0,40	0,40	0,55	0,55	0,70	0,70	0,90	0,90
strúhanka	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
čierne mleté korenie			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
syr tvrdý	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	3,00	3,00
cibuľa	0,50	0,43	0,70	0,60	1,00	0,85	1,50	1,27
mlieko	3,50	3,50	4,00	4,00	4,50	4,50	5,00	5,00
maslo	0,50	0,50	1,00	1,00	1,20	1,20	1,50	1,50
pažítka	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07
hmotnosť porcie v g	210		260		300		350	

Receptúra

Výrobný postup

Zemiaky umyjeme, uvaríme v šupke, necháme vychladnúť, ošúpeme a pokrájame na plátky. Jednu polovicu vajec uvaríme na tvrdo, očistíme a pokrájame na plátky. Pokrájané zemiaky kladieme do čiastkou oleja vymasteného a strúhankou vysypaného pekáča striedavo s uvarenými vajcami, postrúhaným syrom, opraženou cibuľou na zvyšnej čiastke oleja, osolíme a okoreníme mletým čiernym korením Vrchnú vrstvu zemiakov zalejeme mliekom, v ktorom rozšľaháme druhú polovicu vajec. Polejeme maslom a pečieme do ružova ešte 20 minút. Porcie posypeme dobre umytou, posekanou pažítkou.
Podávame so šalátom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1533	368	11,10	14,5	2,5	44,4	6,6	236,1	2,7	0,110	0,2	0,3	31,9	2,7
B	204	491	14,3	22,3	3,4	53,6	8,0	304,	3,4	0,16	0,3	0,4	38,2	3,2

	6		5					3		6				
C	2466	592	17,20	27,3	4,3	64,0	9,5	370,5	4,0	0,197	0,3	0,4	45,6	3,9
D	2896	695	20,06	33,7	5,5	71,8	10,7	436,8	4,5	0,238	0,3	0,5	51,4	4,3